DAILY NEWS BULLETIN

LEADING HEALTH, POPULATION AND FAMILY WELFARE STORIES OF THE Day Friday **202601023**

Hindustan Times

4 govt hospitals to be merged into an AIIMS-like institution

Ridhima Gupta
ridhima.gupta@hindustantimes.com

NEW DELHI: Decks have been cleared for the proposed merger of four major government hospitals in east Delhi – Guru Teg Bahadur (GTB) Hospital, Delhi State Cancer Institute (DSCI), Rajiv Gandhi Super Speciality Hospital (RGSSH) and the Institute of Human Behaviour and Allied Sciences (IHBAS) – into a single autonomous, multi-speciality institution modelled on the All India Institute of Medical Sciences (AIIMS), health minister Pankaj Singh said on Thursday.

The proposal, seen by HT, envisages dissolving the separate bodies currently governing the four hospitals in Dilshad Garden and its vicinity, and bringing them under a single entity with a unified administrative structure.

Singh said the Delhi government had received lieutenant governor Taranjit Singh Sandhu's approval for the integration and would soon invite tenders for the next stage of the process.

"We have received the LG's approval for the integration of the four hospitals. We will soon float the tender for the same. Now trans-Yamuna area will have a multi-speciality AIIMS-like institution, that will provide direct benefit to around 6 million population of the area and subsequently to the larger Delhi residents," Singh said, adding that work was progressing on a fast track to provide subsidised healthcare services.

The LG's office did not respond to HT's requests for comment.

According to the proposal document, the merger is intended to reduce duplication of services and make better use of existing infrastructure and staff. All specialities that are offered by these different hospitals will be consolidated under a single (and larger) banner, while patients will now be able to be cross-referred to the other units – something which isn't possible right now.

The proposal also envisages pooling teaching positions across the institutions to increase postgraduate medical seats and expanding infrastructure to accommodate more undergraduate MBBS seats. The government expects that sharing facilities, staff and teaching resources will help the hospitals treat patients more efficiently and expand medical education. At present, the four institutions operate under different governance arrangements.

GTB Hospital is run directly by the Delhi government and has the attached University College of Medical Sciences. The other three are governed by separate societies, according to the proposal.

"The societies that are now governing these hospitals separately will be dissolved and there will be a formation of a new governing body, which will be on the same lines as the AIIMS Delhi governing system," a senior government official said.

The next step is to obtain approval from the Delhi cabinet, which the proposal estimates could take around six months. An administrative order formalising the integration would follow, the official said.

Before that, the health department plans to appoint a transactional adviser and an infrastructure consultant through a tender. The consultants will assess how facilities can be shared, help frame rules and regulations for infrastructure use, develop the institutional framework and prepare the cabinet note required for the next round of approval, the official said.

Mega campus in east Delhi

The campuses of three of the facilities – GTB Hospital, DSCI and IHBAS – are adjacent to each other, while RGSSH is around a half kilometre away



Healthcare GCCs Dangle Hefty Pay Premiums to Bridge AI Talent Gap

Senior AI leadership roles commanding up to 8x the overall median

Shilpa Ranipeta

Hyderabad: Global capability centres (GCCs) in India's healthcare sector are struggling to find specialised artificial intelligence (AI) and machine learning (ML) talent, forcing them to pay up to 2.5 times the overall median salary and wait for as long as 90 days to fill senior AI vacancies, according to staffing firm Quess Corp.

The premium reflects a widening gap between demand for specialised skills and the supply of professionals who possess them. Data, analytics and AI have just 1.6 professionals for every projected opening in India's healthcare GCCs, compared with 4.8 across roles overall. As a result, senior AI leadership positions, including data science managers and AI product



managers, command 6.5–8 times the overall median salaries, Quess estimates. The squeeze comes as India's healthcare GCCs are projected to generate 67,000 job openings in 2026. Nearly 93% of this demand is for professionals with three to 12 years of experience, even as entry-level hiring demand declines.

The salary premium rises sharply with seniority. Among professionals with three to seven years of experience, AI and ML specialists earn 105% more than the median for their experience group. Data professionals in the same bracket earn a 44% premium. Despite the premium, these roles are taking longer to fill. Quess says specialist positions can take 1.5 times to twice as long to fill as generalist roles.

Professionals who combine eight to 15 years of healthcare and technology experience are particularly difficult to recruit.

FOR FULL REPORT, GO TO
www.economictimes.com

Equal cancer care a priority: UICC chief-elect

Niraj Pandit HT
niraj.pandit@hindustantimes.com

MUMBAI: Making cancer treatment and care more accessible will be a top priority for Dr CS Pramesh, the new president-elect of the Union for International Cancer Control (UICC), which brings together more than 1,100 member organisations across 170 countries.

"I have seen both the extraordinary progress we have made and the substantial inequities that persist. My focus will be on learning from successful approaches, sharing them across countries and turning the common goal of equal cancer care into better outcomes for patients," said Dr Pramesh, director of Tata Memorial Hospital and professor and head of thoracic surgery at Tata Memorial Centre in Mumbai.



Dr CS Pramesh

He was elected president of the UICC for the 2026-2028 term during the organisation's general assembly on October 20. The meeting also saw the appointment of its new board of directors for 2026-2028.

In an interaction with the HT after his election, Dr Pramesh said he would bring cancer organisations, governments and healthcare professionals together to improve access to treatment, particularly in low- and middle-income countries.

A surgical oncologist and researcher, Dr Pramesh is known for his work in clinical trials in cancer research and his role in establishing the national cancer grid. His clinical areas of interest include the treatment of oesophageal and lung cancers and minimally invasive surgery.

For him, making cancer treatment affordable is not just about reducing the cost of medicines; it is also about ensuring that patients can access early diagnosis, quality treatment and the right medical advice without their financial condition or place of residence becoming a barrier. "I believe that cancer care should not depend on a person's income, where they live, or their ability to navigate a complex health system," he said.

The UICC has the ability to connect governments, doctors, researchers, patients and civil society groups. Dr Pramesh said this strength should be used to turn research and evidence into policies that make a real difference to patients.

ध रिपोर्ट और बीमा दस्तावेजों
ी गई। एजेंसी

सदन में हर हाल में व्यवस्था बहाली जरूरी है। साल 1971 में 24वें, 25वें संविधान संशोधन विधेयक पर मतदान के दौरान विपक्ष ने भारी हंगामा किया था।

जम्मू-कश्मीर में डॉक्टरों की योग्यता और पंजीकरण पर सवाल

नशामुक्ति केंद्रों में ही गड़बड़ी, डॉक्टर लापता, दवाइयों का अवैध कारोबार

गौरव रावत

जम्मू। नशे की लत से छुटकारा पाने के लिए मरीज और उनके परिवार नशामुक्ति केंद्रों पर भरोसा करते हैं, लेकिन जम्मू-कश्मीर में इन्हीं केंद्रों के कामकाज पर सवाल उठ रहे हैं। कहीं डॉक्टर की गैरमौजूदगी में नियंत्रित दवाएं बेची जा रही हैं, तो कुछ डॉक्टर की विशेषज्ञ योग्यता और केंद्र के पंजीकरण को लेकर गड़बड़ी मिली है। एक केंद्र में तो पांच दिन में 38,580 गोलियों की बिक्री दर्ज की गई। मेडिकल काउंसिल ने जुलाई से अब तक सात मनोचिकित्सकों की अनुमति रद्द की है और 10 से ज्यादा केंद्रों को सील किया है।

सबसे ज्यादा चौंकाने वाला मामला कुंजवानी बाईपास स्थित जम्मू साइकियाट्रिक क्लीनिक का है। यहां 22 से 26 मई के बीच ब्यूप्रेनॉर्फिन और नालोक्सोन की कुल 38,580 गोलियों की बिक्री दर्ज की गई। इनमें 25 मई को ही 10,120 गोलियों की बिक्री का रिकॉर्ड मिला। इसका इस्तेमाल नशे की लत के इलाज में किया जाता है। यहां मनोचिकित्सक डॉ. खुशबू हर्ष चौहान को प्रदेश में इलाज करने की अनुमति भी रद्द कर दी गई। इस क्लिनिक में सितंबर 2025 से 2026 के बीच एक ही दवा आपूर्तिकर्ता से ब्यूप्रेनॉर्फिन-नालोक्सोन की करीब 25 लाख गोलियां खरीदने और बांटे जाने का रिकॉर्ड मिला।



डॉक्टर अनुपस्थित, दूसरा बेच रहा था दवाएं... कठुआ के कालीबाड़ी स्थित एएएस क्लीनिक की 12 सितंबर 2023 को जांच की गई थी। उस समय क्लीनिक से जुड़े डॉक्टर डॉ. सुमीत सिंह मौके पर मौजूद नहीं थे। टीम को इंदरजीत सिंह नाम का व्यक्ति नियंत्रित दवाएं बेचता मिला। इस मामले में 6 जुलाई 2026 डॉ. सुमीत सिंह की अनुमति रद्द कर दी गई।

वेव मॉल के केंद्र में 36 हजार गोलियों का रिकॉर्ड, डॉक्टर की योग्यता पर सवाल

जम्मू के वेव मॉल स्थित डिवाइन डी-एडिक्शन सेंटर से जुड़े मामले में डॉ. सैयद मतीन की विशेषज्ञता और दवाओं की बिक्री पर सवाल उठे। 30 जून 2025 के एक बिल में डॉ. मतीन के पंजीकरण नंबर पर ब्यूप्रेनॉर्फिन और नालोक्सोन की 36,000 गोलियों की खरीद दर्ज थी। डॉ. मतीन ने खुद को मनोचिकित्सक बताया था। लेकिन काउंसिल के रिकॉर्ड में मनोचिकित्सा की विशेषज्ञता से जुड़ी उनकी योग्यता दर्ज नहीं थी।

किरण है। मोदी ने पोलैंड को क्रियान्वयन पर जोर दिया। इससे निवेश के अवसर बढ़ेंगे।

रक्षा में अतिरिक्त सहयोग की संभावनाओं के सम्मान की मांग की गई है।

रूप में देखा। एजेंसी

प्रदर्शनों के

के-ब्यूटी का काला सच...मृत अमेरिकियों की त्वचा चमका रही लोगों का चेहरा; अमेरिकी बाजार में भी पहुंचेगा दक्षिण कोरिया का जादुई इंजेक्शन

द न्यूयॉर्क टाइम्स

सियोल/वाशिंगटन। किसी ने सोचा भी नहीं होगा कि अमेरिका के सैन एंटोनियो जैसे किसी छोटे से शहर में निधन के बाद अंग/टिश्यू दान करने वाले किसी व्यक्ति की त्वचा हजारों मील दूर दक्षिण कोरिया की किसी हाई-टेक लैब में पहुंचकर चेहरे की झुर्रियां मिटाने वाले ब्यूटी इंजेक्शन में तब्दील हो जाएगी। दुनियाभर में के-ब्यूटी और स्किन बूस्टर के नाम से मशहूर इस नए ब्यूटी ट्रेंड के पीछे का कड़वा सच यही है।

अमेरिकी नागरिकों के मरने के बाद दान की गई त्वचा को दक्षिण कोरियाई बायोटेक कंपनियां प्रोसेस करके तरल इंजेक्शन में ढाल रही हैं, जिससे चेहरे तुरंत चमकदार और युवा बनने का दावा किया जाता है। दक्षिण कोरिया के सौंदर्य बाजार में इस साल स्किन-डोनेटेड इंजेक्शन्स का कारोबार 75 मिलियन डॉलर यानी करीब 712 करोड़ रुपये तक पहुंचने का अनुमान है। वेक फॉरेस्ट यूनिवर्सिटी की प्रोफेसर और बायोएथिक्स विशेषज्ञ एना हॉटिस कहती हैं, जो लोग अपने परिजनों की मृत्यु के बाद शरीर के अंग या ऊतक दान करते हैं, उन्हें इस बात का जरा भी अंदाजा नहीं होता कि इस आड़ में कितना भारी पैसा एक हाथ से दूसरे हाथ में घूम रहा है। टिश्यू डोनेशन के नाम पर अरबों डॉलर का कारोबार चल रहा है।



दुनियाभर में पहले ही मचा रखी है धूम

एलएंडसी बायो अब तक इस ब्यूटी इंजेक्शन की 7,00,000 से अधिक इकाइयां सिंगापुर, चीन, यूरोप, पेरू और थाईलैंड जैसे देशों में बेच चुकी है।

■ कंपनी अब चेहरे के दूसरे हिस्सों के लिए इसान की चर्बी से बना नया फिलर भी बाजार में उतारने की तैयारी कर रही है।

अमेरिका के साथ एलएंडसी का 570 करोड़ का करार

दक्षिण कोरिया की सबसे बड़ी कंपनी एलएंडसी बायो ने अब अमेरिका के साथ 60 मिलियन डॉलर (करीब 570 करोड़ रुपये) का पांच साल का करार किया है। इससे सालों की त्वचा से बना यह ब्यूटी प्रोडक्ट फिर अमेरिकी बाजार में बेचा जा सकेगा।

■ दक्षिण कोरियाई बाजार में इस समय रीटओ नामक ब्रांड का एकतरफा दबदबा है, जिसकी हिस्सेदारी लगभग 60% से 70% है।

■ एलएंडसी बायो ने इस साल की पहली छमाही में रीटओ की बदौलत करीब 17 मिलियन डॉलर से ज्यादा की बिक्री दर्ज की, जिससे कंपनी का ऑपरेटिंग प्रॉफिट 11 मिलियन डॉलर पर पहुंच गया।

अमेरिका से कोरिया तक...टिश्यू की तस्करी या वैध व्यापार?

दक्षिण कोरियाई सरकारी रिकॉर्ड्स की जांच से पता चला है कि कोरिया को अपनी जरूरत का लगभग 90% मानव टिश्यू अमेरिका से आयात करना पड़ता है। दक्षिण कोरिया में 4% से भी कम वयस्क अंग दान के लिए पंजीकृत हैं, जबकि अमेरिका में आधे से ज्यादा आबादी इसके लिए रजिस्टर्ड है।

■ अमेरिका में ऑर्गन प्रोक्योरमेंट ऑर्गनाइजेशन मरणोपरांत त्वचा एकत्र करते हैं और इसे टिश्यू बैंकों को बेचते हैं। अमेरिकी टिश्यू बैंक इस त्वचा को कोरियाई कंपनियों को प्रोसेस करने के लिए ट्रांसफर करते हैं।

■ इंटेलेक्चुअल पर विवाद : अमेरिकी नागरिक जलने के शिकार मरीजों या युद्ध में घायल सैनिकों की मदद के लिए जो त्वचा दान करते हैं उसका इस तरह सौंदर्य प्रसाधनों में व्यावसायिक इस्तेमाल होना निश्चित नैतिकता पर बड़ा सवाल है।

74 की उम्र में कसरत करूं या नहीं

गोरखपुर के गोपाल जी व्यायाम करने से घबराते हैं। फिजियोथेरेपिस्ट प्रियंका अरोड़ा ने इस पर उन्हें कुछ यों सलाह दी :

74 साल की उम्र में यह सोचना कि 'कहीं जोड़ घिस न जाएं या हड्डी न चटक जाए', स्वाभाविक है। अधिकतर बुजुर्गों में यही हिचक दिखाई देती है। पर, शरीर को सुरक्षित रखने के लिए उसे केवल आराम देना ही नहीं, बल्कि सक्रिय रखना भी जरूरी है। इसका सबसे आसान तरीका रोजाना थोड़ा-थोड़ा व्यायाम करते रहना है। हालांकि, इसके लिए उम्र से ज्यादा जरूरी यह जानना है कि आपका शरीर कितना साथ दे सकता है। इस उम्र में जल्दबाजी नहीं, सहजता ज्यादा जरूरी है। इसलिए, आपको किसी युवा की तरह कसरत करने की ज़रूरत नहीं है। बस, शुरुआत छोटी रखें, शरीर के संकेतों को समझें और धीरे-धीरे आगे बढ़ें।

■ **शुरुआत बिल्कुल आसान रखें :** शुरुआत में भारी कसरत करने के बजाय, शरीर की अकड़न दूर करने पर ध्यान दें। इसके लिए आप कुर्सी पर बैठकर 'उठने-बैठने' (सिट-टू-स्टैंड) का आसान अभ्यास कर सकते हैं। बस, एक मजबूत, बिना पहिये वाली कुर्सी लें। कुर्सी से बिना हाथ का सहारा लिए खड़े होने और बैठने की कोशिश करें। साथ ही, बैठने के बाद पंजों को ऊपर-नीचे करें और टखनों को गोल-गोल घुमाएं। इससे पैरों में जमा खून ऊपर की तरफ दौड़ने लगता है। बैठे-बैठे ही एक पैर को सीधा सामने उठाएं, मन में तीन तक गिनें, फिर नीचे लाएं। यही दूसरे पैर से भी करें। यह घुटनों पर बिना कोई वजन डाले जांघों को मजबूत बनाता है।

■ **संतुलन साधने का अभ्यास :** किसी मजबूत दीवार के पास खड़े हो जाएं, ताकि जरूरत पड़ने पर सहारा लिया जा सके। अपने दाएं पैर के ठीक आगे बाएं पैर को इस तरह रखें कि बाएं पैर की एड़ी दाएं पैर के अंगूठे को



छू रही हो, बिल्कुल वैसे, जैसे कोई रस्सी पर एक सीध में खड़ा हो। इस मुद्रा में 15 से 20 सेकंड तक संतुलन बनाए रखने का प्रयास करें और फिर पैरों की स्थिति बदलकर दोहराएं। जब संतुलन सहज लगने लगे, तो दीवार से कुछ सेंटीमीटर दूर होकर अभ्यास करें।

■ **काफ पंप (पिंडलियों का व्यायाम) :** दीवार या किसी मजबूत मेज पर हल्के हाथ टिकाकर खड़े हों। अपने पंजों के बल धीरे-धीरे ऊपर उठें, जिससे एड़ियां हवा में आ जाएं, वहां दो सेकंड रुकें और फिर धीरे-धीरे एड़ियों को फर्श पर वापस लाएं। इसे 10 से 12 बार के क्रम में दिन में दो बार दोहराएं। इससे टखनों की पकड़ मजबूत होती है और असमान जमीन पर पैर मुड़ने का खतरा खत्म हो जाता है।

■ **पेल्विक-टिल्ट और ब्रिज :** कमर व कूल्हों के लिए यह अभ्यास बिस्तर पर लेटे-लेटे ही किया जा सकता है। पीठ के बल सीधे लेट जाएं, दोनों घुटने मोड़ लें और तलवों को गद्दे पर सपाट टिकाकर रखें। अब अपने कूल्हों को धीरे-धीरे ऊपर उठाएं, ताकि घुटनों से लेकर कंधों तक एक सीधी रेखा बन जाए। इस स्थिति में तीन सेकंड रुकें और फिर आराम से नीचे आएं। इसे छह से आठ बार दोहराएं, ताकि कूल्हों व पीठ के निचले हिस्से की मांसपेशियां सक्रिय हो सकें।

याद रखें, आपको शरीर से मुकाबला नहीं, बल्कि उसके साथ मिलकर काम करना है। इसलिए, सही व्यायाम चुनिए, जल्दबाजी से बचिए और जरूरत पड़ने पर विशेषज्ञ की मदद अवश्य लीजिए।

जिंदगी की दूसरी पारी बहुत महत्वपूर्ण होती है। आप अपने विचार, अनुभव या समस्याएं edit@amarujala.com पर भेज सकते हैं।

हरियाणा और उत्तर प्रदेश समेत चार राज्यों के 13 शहरों की हवा दिल्ली से भी अधिक खराब

तीन शहरों में एक्यूआई 300 पार

पंचगांव	378	खोड़ा	256
हापुड़	328	अंगुल	244
बड़ौत	328	करनाल	242
बागपत	282	मोरंडा	242
मेरठ	281	दिल्ली	223

नई दिल्ली। सर्दियों की शुरुआत के साथ ही देशभर में हवा तेजी से बिगड़ने लगी है। उत्तर प्रदेश और हरियाणा समेत देश के चार राज्यों के 13 शहरों की हवा दिल्ली से ज्यादा खराब हो गई है। बृहस्पतिवार को दिल्ली का वायु गुणवत्ता सूचकांक (एक्यूआई) 223 रहा। इससे अधिक एक्यूआई वाले शहरों में यूपी के सात शहर, हरियाणा के चार शहर हैं। इनके अलावा राजस्थान का खैरथल का एक्यूआई 232 और ओडिशा के अंगुल का 244 रहा।

केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड (सीपीसीबी) के मुताबिक, सर्वाधिक प्रदूषित शहरों में चार यूपी के हैं। 328 एक्यूआई के साथ हापुड़ सबसे प्रदूषित रहा। वहीं, हरियाणा के मानेसर का पंचगांव 378 एक्यूआई के साथ देश में सबसे प्रदूषित रहा। देशभर में निगरानी वाले 254 शहरों में से केवल 123 में ही वायु गुणवत्ता अच्छी या संतोषजनक श्रेणी में है। शुरू



नई दिल्ली में बृहस्पतिवार को हवा में प्रदूषण के घनाते कर्त्तव्य पथ पर धुंध छाई रही। दृश्यता भी कम रही। एजेंसी

उत्तर प्रदेश के नौ और देशभर के 20 शहरों में एक्यूआई 200 से अधिक

देशभर के 20 शहरों में एक्यूआई 200 से अधिक है। इनमें नौ शहर यूपी के हैं। वहीं, दिल्ली-एनसीआर के 29 शहरों में से 13 में हवा की हालत चिंताजनक बनी हुई है।

■ देशभर के प्रदूषित शहरों की हवा में मुख्य रूप से पीएम 2.5 और पीएम 10 प्रदूषक पाए गए हैं। धूल के इन महीन कणों से भरी हवा में लंबे समय तक रहने पर सांस लेने में दिक्कत होती है। ये कण फेफड़ों तक पहुंचते हैं व बीमारियों का कारण बनते हैं। >> प्रदूषण से बढ़ाई चिंता : पेज 4

हाईकोर्ट ने कहा-मुंबई की हवा दिल्ली से जहरीली, अफसरों को चैन की नींद कैसे

मुंबई। आर्थिक राजधानी मुंबई में हवा की बिगड़ती स्थिति पर बॉम्बे हाईकोर्ट ने तल्ख टिप्पणी की है। कोर्ट ने कहा कि यह शहर प्रदूषण में दिल्ली से भी आगे निकल गया है। जब लाखों लोग प्रदूषण के बुरे प्रभावों से जूझ रहे हैं और आपातकाल वाली स्थिति बनी हुई है, तो इन हालातों को लागू करने वाले जिम्मेदार अधिकारी चैन की नींद कैसे सो सकते हैं?

■ कोर्ट ने चेतावनी देते हुए कहा कि कर्तव्यों का पालन न करने के लिए अफसरों को जवाबदेह ठहराया जा सकता है। नगर निकायों, प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड और पुलिस प्रशासन को फटकार लगाते हुए कोर्ट ने कहा कि वे लोहारों के दौरान शोर व वायु प्रदूषण को रोकने के आदेशों को लागू करने में नाकाम रहे हैं। एजेंसी

आइजोल में एक्यूआई 20... पैदल या साइकिल पर जोर

केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड के अनुसार देशभर में निगरानी वाले 254 शहरों में से आधे से ज्यादा में हवा की गुणवत्ता चिंताजनक स्तर पर पहुंच चुकी है। केवल 123 शहरों में ही वायु गुणवत्ता अच्छी या संतोषजनक श्रेणी में है। यह आने वाले दिनों में संकट का संकेत है।

■ 111 शहरों में हवा मध्यम श्रेणी में बनी हुई है। इसके अलावा 17 शहरों में हवा की गुणवत्ता खराब और 3 शहरों में बेहद खराब पाई गई है।

एनसीआर में पराली जलाने से 7% ही प्रदूषण, सर्वाधिक 19% वाहनों से

दिल्ली-एनसीआर में पराली जलाने से ज्यादा सड़कों पर दौड़ते वाहन हवाओं में जहर घोल रहे हैं। भारतीय उष्णदेशीय मौसम विज्ञान संस्थान के अनुसार, दिल्ली में बृहस्पतिवार को सर्वाधिक 19% प्रदूषण वाहनों के उत्सर्जन से हुआ। एक दिन पहले यह आंकड़ा 21% था। वहीं, प्रदूषण में पराली की हिस्सेदारी 3 से बढ़कर 7% हो गई। शुक्रवार को यह 15% और शनिवार को 10% रह सकता है।

पराली जलाने पर 52 एफआईआर 21 लोगों को गिरफ्तार किया गया

चंडीगढ़। हरियाणा व एनसीआर में प्रदूषण से निपटने के इंतजामों की शुक्रवार को वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग ने समीक्षा की। कृषि विभाग के निदेशक अनिल खेची ने बताया कि पराली में जलाने की घटनाओं को रोकने के लिए इस बार 52 एफआईआर दर्ज कर 21 लोगों को गिरफ्तार किया गया। एनजेन रिकॉर्ड में रेड एंट्री के साथ ही जुर्माना भी लगाया।

एग निकालकर IVF सेंटरों तक पहुंचा रहा अवैध नेटवर्क, ED ऐक्शन में

महिलाओं के एग डोनेशन के नाम पर चल रहा रैकेट, जांच हुई तेज़

■ NBT रिपोर्ट, नई दिल्ली



AI Image

महाराष्ट्र में महिलाओं के अंडाशय से अंडे निकालकर अलग-अलग IVF सेंटरों और असिस्टेड रिप्रोडक्टिव टेक्नॉलजी (ART) बैंकों तक पहुंचाने के कथित अवैध नेटवर्क की जांच अब मनी लॉन्ड्रिंग तक पहुंच गई है। प्रवर्तन निदेशालय (ED) ने 16 अक्टूबर को ठाणे, बारामती और नासिक में अस्पतालों और IVF सेंटरों समेत 10 ठिकानों पर छापेमारी की। इस दौरान 29 लाख रुपये नकद जब्त किए गए। बैंक लॉकर और म्यूचुअल फंड निवेश भी फ्रीज किए गए हैं। जांच एजेंसी को दस्तावेजों और डिजिटल उपकरणों से अहम सामग्री मिली है।

ED के मुताबिक, जांच में नए डोनर एजेंटों के साथ कई अचल संपत्तियों और बड़े निवेश का भी पता चला है। अब एजेंसी यह पता लगा रही है कि महिलाओं को दी जाने वाली रकम, एजेंटों के कमीशन और संबंधित संस्थानों के बीच पैसों का लेनदेन किस तरह होता था। कथित नेटवर्क से जुड़े लोगों और उनकी भूमिका की भी जांच की जा रही है।

■ 17 लोगों पर आरोप

ED अधिकारी के मुताबिक, यह जांच बदलापुर (पूर्व), ठाणे पुलिस की ओर से दर्ज FIR और बाद में दाखिल चार्जशीट के आधार पर शुरू हुई। मामले में मंजूषा वानखेड़े समेत 17 लोगों पर धोखाधड़ी, जालसाजी और ART कानून के उल्लंघन के आरोप लगाए गए हैं।

■ कानून क्या कहता है?

असिस्टेड रिप्रोडक्टिव टेक्नोलॉजी (रेगुलेशन) ऐक्ट, 2021 और इससे जुड़े नियमों में एग डोनेशन, डोनर की सहमति, स्वास्थ्य सुरक्षा और ART संस्थानों के संचालन के लिए प्रावधान तय किए गए हैं। इन प्रक्रियाओं में निर्धारित नियमों का पालन अनिवार्य है।

सेहत पर भी खतरा

■ एग निकालने की प्रक्रिया में हार्मोनल दवाओं और इंजेक्शन से अंडाशय को उत्तेजित करते हैं। मेडिकल निगरानी में अंडे निकाले जाते हैं। बार-बार यह प्रक्रिया कराने या उचित निगरानी न होने से सेहत को खतरा रहता है। महाराष्ट्र में पहले भी बदलापुर में ऐसा कथित रैकेट सामने आया था, जिसमें आर्थिक रूप से कमजोर महिलाओं को इस जाल में फंसाया जा रहा था।

प्रदूषण से 10 दिन राहत के आसार नहीं

दिल्ली का AQI गुरुवार को 223, नोएडा में 242, गाजियाबाद में 221 और गुरुग्राम में 193 दर्ज हुआ

Poonam.Gaur
@timesofindia.com

■ नई दिल्ली: दशहरे के बाद से दिल्ली-NCR में प्रदूषण बढ़ने लगा है। राजधानी में लगातार दूसरे दिन हवा की गुणवत्ता खराब श्रेणी में दर्ज की गई। हवाओं की दिशा में बदलाव और रफ्तार कम होने से प्रदूषक हवा में जमा हो रहे हैं। मौसम की मौजूदा स्थिति को देखते हुए अगले 10 दिनों तक प्रदूषण से राहत मिलने के आसार कम हैं।

फिलहाल प्रदूषण से राहत मिलने की उम्मीद कम

केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड (सीपीसीबी) के एयर बुलेटिन के अनुसार, दिल्ली का एयर क्वॉलिटी इंडेक्स (AQI) 223 दर्ज किया गया। हवा में पीएम 2.5 और पीएम 10 मुख्य प्रदूषक रहे। NCR के कई शहरों में भी हवा की क्वॉलिटी खराब रही। नोएडा का AQI 242, गाजियाबाद का 221, ग्रेटर नोएडा का 219 और गुरुग्राम का 193 दर्ज किया गया। डेटा के मुताबिक, NCR के 11 जिलों में हवा खराब, जबकि 16 जगहों पर सामान्य श्रेणी में रही। अनुमान के अनुसार, 23 से 25 अक्टूबर तक दिल्ली की हवा खराब श्रेणी में रह सकती है। इसके बाद भी अगले 6 दिनों तक हवा की क्वॉलिटी खराब बने रहने की आशंका है।



इन दिनों हवाओं की दिशा में बदलाव और रफ्तार कम होने से प्रदूषक हवा में हो रहे जमा

ग्रैप लगने के बाद भी प्रदूषण कम नहीं हुआ

■ नई दिल्ली: प्रदूषण पर लगाम लगाने के लिए दिल्ली में ग्रैप की पाबंदियां लगाई जाती हैं, लेकिन इनसे हवा की हालत में सुधार नहीं हो रहा है। एक विश्लेषण के मुताबिक, जब ग्रैप का तीसरा या चौथा चरण लागू किया गया, तो 12 में से 10 बार अगले 7 दिनों में औसत AQI और बढ़ गया। इससे साफ है कि प्रदूषण बढ़ने के बाद पाबंदियां लगाने के साथ उन कारणों पर भी रोक लगानी होगी, जिनसे हवा खराब होती है। यह विश्लेषण अक्टूबर 2022 से फरवरी 2026 तक के आंकड़ों पर आधारित है। इंडिया एयर क्वॉलिटी एंड एनर्जी इंसाइट्स में प्रकाशित यह विश्लेषण एतलिस्ट मनोज कुमार ने किया है।

इंडिया एयर क्वॉलिटी एंड एनर्जी इंसाइट्स में आया सामने

विश्लेषण के मुताबिक, 2022-23 की सर्दियों में दिल्ली का औसत AQI 280 था। 2023-24 में 304 हो गया। 2024-25 में 285 रहा। 2025-26 में बढ़कर 295 पर पहुंच गया।

पाबंदियों के बाद भी क्यों बढ़ा प्रदूषण?

विश्लेषण में ग्रैप का तीसरा या चौथा चरण लागू होने से पहले और बाद के 7-7 दिनों के औसत AQI की तुलना की गई। 12 में से 10 मामलों में पाबंदियां लागू होने के बाद प्रदूषण बढ़ा। मनोज के मुताबिक गाड़ियों के धुएं, कंस्ट्रक्शन और फैक्टरियों के प्रदूषण पर लगातार रोक जरूरी है।

असमंजस

पटाखों पर पूरी तरह रोक या ग्रीन को छूट ?

■ नई दिल्ली: दिवाली करीब है और दिल्ली में पटाखों को लेकर असमंजस बना हुआ है। दिल्ली सरकार ने पटाखों पर पूरे साल रोक लगाई हुई है, लेकिन दशहरे पर जमकर आतिशबाजी हुई। इसके बाद से प्रदूषण का स्तर खराब श्रेणी में पहुंच गया। ऐसे में सवाल है कि क्या इस बार भी ग्रीन पटाखे जलाने की छूट मिलेगी या रोक जारी रहेगी? सभी की नजर सुप्रीम कोर्ट के फैसले पर है। पिछले साल कोर्ट ने दिल्ली-एनसीआर में ग्रीन पटाखे जलाने की सीमित छूट दी थी। इस बार भी लोग राहत की उम्मीद कर रहे हैं।

लोगों को उम्मीद, SC पटाखों पर राहत दे सकता है

सुप्रीम कोर्ट में 12 अक्टूबर को सुनवाई के दौरान कहा था कि पटाखों के इस्तेमाल को लेकर ऐसा रास्ता निकालना होगा, जिससे लोगों की धार्मिक भावनाओं का ध्यान रखने के साथ प्रदूषण से होने वाले नुकसान को भी कम किया जा सके। लोगों का कहना है कि जब देश के दूसरे हिस्सों में पटाखे जलाए जा रहे हैं, तो दिल्ली-एनसीआर में ही पूरी तरह रोक क्यों है? ऑल द्वारका रेजिडेंट फेडरेशन के अजीत स्वामी के मुताबिक, आतिशबाजी के लिए समय तय हो। सिर्फ ग्रीन पटाखे जलाने की अनुमति मिले।

प्रदूषण से जंग में सरकार के साथ जनता भी संभाले मोर्चा

सालभर की आदतों और सामूहिक प्रयासों से ही साफ होगी हवा, घर से लेकर उद्योग और सोसायटी तक निभानी होगी जिम्मेदारी



राज्य ब्यूरो, जागरण : नई दिल्ली : दिल्ली सहित एनसीआर में सर्दियों के साथ वायु प्रदूषण का दौर शुरू हो चुका है। हवा की गुणवत्ता बिगड़ने पर ग्रेडेड रिस्पांस एक्शन प्लान (ग्रेप) लागू कर दिया गया है। सरकार और प्रशासन प्रदूषण के स्रोतों पर नियंत्रण के लिए अपने स्तर पर कदम उठा रहे हैं, लेकिन सवाल यह है कि क्या सिर्फ सरकारी प्रतिबंधों से दिल्ली, नोएडा, गाजियाबाद, गुरुग्राम और फरीदाबाद की हवा साफ हो सकती है? जवाब है—नहीं। प्रदूषण से निपटने के लिए सरकार और प्रशासन की जवाबदेही के साथ आम नागरिकों, उद्योगियों और रेजिडेंट वेलफेयर एसोसिएशन (आरडब्ल्यूए) को भी सक्रिय भूमिका निभानी होगी। गैर सरकारी संगठन एन्वायरोकैटेलिस्ट के संस्थापक एवं मुख्य विश्लेषक सुनील दहिया ने बताया इन सभी की जिम्मेदारियों के बारे में।



सड़क पर उठती धूल में गुजरते वाहन • जागरण


बवाना औद्योगिक क्षेत्र में रात के अंधेरे में जलता कचरा • जागरण

प्रदूषण से जंग हम सभी की सामूहिक जिम्मेदारी है। सरकार इसी के समाधान के लिए हर संभव प्रयास कर रही है। अगर आरडब्ल्यूए, आम जन और औद्योगिक संगठन भी अपना योगदान दें तो जंग जीतना और भी आसान हो जाएगा।
–रेखा गुप्ता, मुख्यमंत्री, दिल्ली

आम नागरिक और परिवार : छोटी आदतें, बड़ा बदलाव

- जहां संभव हो, पैदल चलें, साइकिल का इस्तेमाल करें या सार्वजनिक परिवहन अपनाएं। एक ही दिशा में जाने वाले लोग कार-पूलिंग कर सकते हैं।
- समय पर वाहनों की सर्विसिंग कराएं, पीयूसी प्रमाणपत्र वैध रखें और अनावश्यक रूप से इंजन चालू रखकर खड़े न रहें।
- घर, गली या पार्क में पत्तियां, प्लास्टिक और अन्य कचरा जलाने के बजाय निर्धारित संग्रहण व्यवस्था का उपयोग करें।
- घर में मरम्मत या निर्माण कराते समय रेत, सीमेंट और मलबे को ढककर रखें। मलबा सड़क या खाली प्लॉट पर न डालें।
- गीले और सूखे कचरे को अलग करके दें, ताकि उनका वैज्ञानिक तरीके से निपटान हो सके।
- खुले में कचरा जलाने, निर्माण से धूल उड़ने या सड़क पर मलबा पड़े होने की सूचना सम्बंधित नगर निकाय या प्रदूषण नियंत्रण एजेंसी को दें।

उद्यमी व कारोबारी : उत्पादन के साथ पर्यावरण की जिम्मेदारी

- उद्योग अपने प्रदूषण नियंत्रण उपकरणों को नियमित रूप से बेहतर और उनकी निगरानी व रखरखाव सुनिश्चित करें।
- जहां तकनीकी रूप से संभव हो, वहां प्रदूषण वाले ईंधन, ऊर्जा दक्ष मशीनों और स्वच्छ ऊर्जा विकल्पों की ओर बढ़ें।
- निर्माण सामग्री को ढककर रखें, वाहनों के पहियों की सफाई करें और परिसर से सड़क तक मिट्टी फैलने से रोकें।
- औद्योगिक अपशिष्ट, पैकेजिंग सामग्री और निर्माण मलबे को खुले में न फेंकें और न जलाएं।
- बस, शटल-सेवा और वैन और कार-पूलिंग से कर्मचारियों के निजी वाहनों पर निर्भरता घटाई जा सकती है।
- प्रदूषण नियंत्रण उपकरणों के संचालन, ईंधन की खपत और अपशिष्ट प्रबंधन की नियमित समीक्षा करें। नियमों के उल्लंघन को केवल निरीक्षण के समय सुधारने के बजाय स्थायी व्यवस्था बनाएं।

आरडब्ल्यूए और एओए : पूरी सोसायटी को बनाएं प्रदूषण नियंत्रण का केंद्र

- सोसायटी की सड़कों, पार्किंग और खुले स्थानों की सफाई कराएं। धूल उड़ाने वाली गतिविधियों के बजाय नियमित गीली सफाई अपनाएं।
- पत्तियों, कचरे के कनस्तर और घरेलू अपशिष्ट को जलाने के बजाय कम्पोस्टिंग या नियमित संग्रहण की व्यवस्था करें।
- सोसायटी के भीतर मरम्मत, निर्माण और रिसाइस के दौरान सामग्री ढकने, धूल रोकने और मलबे के सही निपटान के नियमों का पालन कराएं।
- स्कूलों, कार्यालयों और बाजारों के लिए कार-पूलिंग, साझा वाहन व सार्वजनिक परिवहन के इस्तेमाल को प्रोत्साहित करें।
- आसपास खुले में कचरा जलाने, सड़क की धूल, अवैध मलबा फेंकने या प्रदूषण फैलाने वाली गतिविधियों की शिकायत समंधित विभागों से करें।

दावा | डब्ल्यूएचओ की रिपोर्ट के मुताबिक कम पढ़ी लिखी महिलाओं में सर्वाइकल कैंसर की स्क्रीनिंग कम, गैर-संचारी रोगों का खतरा सिर्फ उम्र से जुड़े कारणों पर निर्भर नहीं करता

कम पढ़े-लिखे लोगों में मधुमेह और बीपी की दर ज्यादा मिल रही

जेनेवा, एजेंसी। कम पढ़े-लिखे और कम आय वर्ग वाले लोगों में हाई ब्लड प्रेशर और मधुमेह की दर सबसे अधिक है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) की रिपोर्ट में यह दावा किया गया है।

रिपोर्ट के अनुसार, आर्थिक शिक्षा से भी कम पढ़े-लिखे समूह में डायबिटीज की दर 14.8% है, जबकि माध्यमिक या उससे उच्च शिक्षा प्राप्त समूह में यह घटकर आधी यानी 7.4% रह गई। रिपोर्ट में बताया गया है कि गैर-संचारी रोगों का खतरा सिर्फ उम्र से जुड़े कारणों पर निर्भर नहीं करता, बल्कि व्यक्ति की सामाजिक-आर्थिक-शैक्षणिक स्थिति अहम है।

महिलाओं में हाइपरटेंशन का खतरा अधिक

कम और मध्यम आय वाले देशों में मधुमेह और हाई ब्लड प्रेशर का एक सख्त होना दिल के दौरे, किडनी की बीमारियों और असमय मृत्यु के खतरे को काफी बढ़ा देता है? रिपोर्ट के अनुसार मधुमेह से पीड़ित वयस्कों में हाइपरटेंशन होने का खतरा पुरुषों की तुलना में महिलाओं में अधिक है। सबसे कम शिक्षित वर्ग में यह दर 69.2% उच्च शिक्षित वर्ग में 55.0 प्रतिशत है।



कैंसर में भी वही हालात

रिपोर्ट के अनुसार, 2019 में 30–49 वर्ष की महिलाओं ने सर्वाइकल कैंसर स्क्रीनिंग की वैश्विक दर 35% थी। उच्च आय वाले देशों में यह दर 63% तक पहुंच गई, वहीं निम्न-मध्यम और निम्न आय वाले देशों ने यह केवल 8% से 11% के आसपास ही सिमट कर रह गई। स्क्रीनिंग में इस भारी अंतर का सीधा असर मौतों पर पड़ता है।

भारत में असमानता एक बड़ी चुनौती

भारत में किए गए अध्ययनों में सामने आया कि स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता, आय और बीमारियों के नियंत्रण में सामाजिक-आर्थिक असमानता एक प्रमुख बाधा बनी हुई है। भारत में गरीब, अशिक्षित और ग्रामीण महिलाओं में सर्वाइकल कैंसर की शुरुआती जांच की दर काफी कम है। शहरी शेरों की तुलना में ग्रामीण इलाकों में और भी कम है। भारत में 2 परसेंट से भी कम महिलाओं की स्क्रीनिंग हो सकी है।

अधिक दर की कई वजहें

1 **जागरूकता की कमी:** स्वास्थ्य संबंधी सही जानकारी, संतुलित आहार, जीवनशैली के खतरों को समझने में कठिनाई

2 **समय पर इलाज न होना:** नियमित हेल्थ चेकअप न होने से बीमारियों का पता शुरुआती स्तर में नहीं चल पाता

3 **तंबाकू, अस्वस्थ खानपान:** आंकड़ों के मुताबिक, कम पढ़े-लिखे पुरुषों में तंबाकू का सेवन अधिक पाया गया है, जो सीधे तौर पर हाई ब्लड प्रेशर और दिल की बीमारियों को न्योता देता है

समय पर जांच और इलाज नहीं हो पा रहा

रिपोर्ट के अनुसार कम शिक्षा का असर सिर्फ बीमारी होने पर ही नहीं, बल्कि उसके इलाज पर भी पड़ता है। गरीब और कम पढ़ी-लिखी महिलाओं में सर्वाइकल कैंसर जैसी गंभीर बीमारियों की समय पर जांच कराने की दर सबसे कम है। सही जानकारी और लिंग संसाधनों के अभाव में यह वर्ग बीमारियों की रोकथाम और डॉक्टर के परामर्श से वंचित रह जाता है।

तमिलनाडु में पहली डेंगू वैक्सीन का परीक्षण शुरू

चेन्नई, एजेंसी। स्वास्थ्य मंत्री केजी अरुणराज ने गुरुवार को बताया कि तमिलनाडु के तेनकासी जिले में भारत का पहला डेंगू वैक्सीन अध्ययन किया जा रहा है। इसकी देखरेख आईसीएमआर कर रहा है।

यहां बाल विकास पर आयोजित एक कार्यशाला के दौरान उन्होंने बताया कि यह वैक्सीन ब्राजील के टीकाकरण कार्यक्रम का हिस्सा है। उन्होंने कहा कि भारतीय परिस्थितियों में इसकी प्रभावशीलता की जांच की जा रही है। फिलहाल, यह गंभीर परिणामों और अस्पताल में भर्ती होने की नौबत से 80 से 90 %तक सुरक्षा प्रदान करती है।

मलेरिया वैक्सीन की कीमत 40% कम करने पर सहमति: यूनिसेफ और जिनेवा स्थित वैश्विक वैक्सीन समूह 'गावी' ने गुरुवार को बताया कि उन्होंने मॉस्किरिक्स मलेरिया वैक्सीन की कीमत में लगभग 40% की कटौती करने के लिए एक समझौता किया है। यूनिसेफ द्वारा किए गए और गावी द्वारा आर्थिक रूप से समर्थित इस समझौते से 2027 से 2029 के बीच लगभग 50 मिलियन डॉलर की बचत होने की उम्मीद है।

मरीजों को गैरजरूरी दवा नहीं लिखेंगे डॉक्टर

नई दिल्ली, एजेंसी। केंद्र सरकार ने गैरजरूरी दवाओं और उनके तर्कहीन इस्तेमाल को रोकने के लिए नई पहल की है। इसके तहत अब डॉक्टर मरीजों को सिर्फ उन्हीं दवाओं को लेने की सलाह देंगे, जो उनके स्वास्थ्य के लिए जरूरी है। प्रिस्क्रिप्शन में गैरजरूरी दवाओं के लिखे जाने से एक तरफ जहां मरीजों का बिल बढ़ जाता है। वहीं, ड्रग रेजिस्टेंस जैसी समस्या पैदा होती है। मंत्रालय के इंडियन फार्माकोपिया कमीशन ने नेशनल फॉर्मुलरी ऑफ इंडिया 2026 में शामिल की जाने वाली दवाओं के चयन के लिए मानदंड तय किए हैं।

जहांगीरपुरी और विवेक विहार का एक्यूआई 300 पार, शुक्रवार को पराली की हिस्सेदारी करीब 16 फीसदी तक पहुंचने के आसार

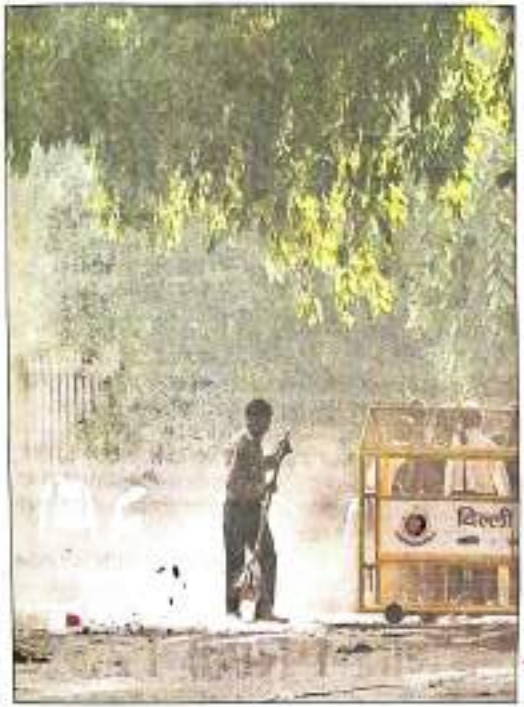
हवा में पराली का धुआं बढ़ेगा, प्रदूषण से राहत के आसार कम

प्रदूषण का प्रकोप

नई दिल्ली, प्रमुख संवाददाता। दीपावली में अगले दो-तीन दिनों के बीच प्रदूषण के स्तर में बहुत ज्यादा गिरावट के आसार नहीं है। अनुमान है कि दिल्ली के प्रदूषण में पराली के धुएं की हिस्सेदारी 15 फीसदी तक पहुंच सकती है।

प्रदूषण की निगरानी के लिए तैयार डिसीजन सपोर्ट सिस्टम के मुताबिक, गुरुवार को दिल्ली की हवा में पराली के धुएं से होने वाले प्रदूषण की हिस्सेदारी 7.44 फीसदी तक रहने का अनुमान है। अगले वाले दिनों में इसमें तेजी से बढ़ोतरी हो सकती है। शुक्रवार को यह हिस्सेदारी 15.92 फीसदी तक पहुंच सकती है। हालांकि, इसके बावजूद प्रदूषण में सबसे बड़ी हिस्सेदारी वाहनों से होने वाले उत्सर्जन की बनी रहेगी। गुरुवार को वाहनों से होने वाले उत्सर्जन की प्रदूषण में हिस्सेदारी 19 फीसदी और शुक्रवार को 17 फीसदी तक रहने का अनुमान है।

लगातार दूसरे दिन खराब श्रेणी में रही हवा : गुरुवार को लगातार दूसरे दिन दिल्ली की हवा खराब श्रेणी में रही। केन्द्रीय प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड के मुताबिक, दिल्ली का औसत वायु गुणवत्ता सूचकांक 223 रहा। इस स्तर की हवा को खराब श्रेणी में रखा जाता है। एक दिन पहले यह सूचकांक 245 था। 24 घंटे के भीतर सूचकांक में 22 अंकों का सुधार हुआ है। दिल्ली के ज्यादातर इलाकों का सूचकांक 200 से ऊपर है। चिंता की बात यह है कि शुरुवार शाम चार बजे जहांगीरपुरी और विवेक विहार का सूचकांक 300 से ऊपर पहुंच गई था।



राहत के आसार कम

आईआईटीएम की ओर से प्रदूषण को लेकर तैयार वायु गुणवत्ता पूर्व चेतावनी प्रणाली के मुताबिक, अगले दो दिनों के बीच हवा की गति ज्यादातर समय में दस किलोमीटर प्रति घंटे से कम रहेगी। बीच-बीच में हवा की गति पलभर शांत भी रह सकती है। इसके चलते प्रदूषक कणों का विसर्जन धीमा होगा और हवा की गुणवत्ता खराब श्रेणी में ही बनी रहेगी।

प्रदूषण मीटर

245	223
21 अक्तूबर	22 अक्तूबर

यहां की हवा सबसे खराब

जहांगीरपुरी	307
विवेक विहार	301
चांदनी चौक	291
पूसा	285
सोनिया विहार	284

दिल्ली में ऑड-ईवन लागू होने पर भी सड़कों पर वाहनों का दबाव नहीं हो रहा। इस कारण इसके लागू होने से धूल उड़ रही है।

सावधान

दूषित हवा के बीच सुबह-शाम की सैर हानिकारक

प्रदूषण बढ़ने से खांसी जुकाम के साथ कई बीमारियों और दिल का दौरा पड़ने का खतरा बढ़ गया है। डॉक्टरों का कहना है कि खराब आबोहवा के बीच सुबह-शाम को सैर सपाटा और व्यायाम सेहत पर भारी पड़ सकता है।

सफदरजंग अस्पताल के प्रिवेंटिव कम्युनिटी मेडिसिन के निदेशक डॉ. गुगल किशोर ने बताया कि सैर और व्यायाम करने के दौरान सांस की गति तेज होती है। ऐसे में हवा में सूक्ष्म कण शरीर में प्रवेश करते हैं। इससे मरीजों की समस्या गंभीर हो सकती है।

आकाश सुपर स्पेशियलिटी अस्पताल के पल्मोनरी मेडिसिन के विशेषज्ञ डॉ. अजय बुधराज ने बताया कि प्रदूषण बढ़ने के साथ ही एलर्जी और खांसी जुकाम की समस्या में वृद्धि हो रही है। हृदय रोग का खतरा भी बढ़ जाता है। इसलिए दवाएं लेते रहना चाहिए।

शरीर के विभिन्न हिस्सों पर वायु प्रदूषण का असर

त्वचा : एलर्जी, जलन, खुजली, एक्जिमा या सोरायसिस जैसी पुरानी बीमारियों की समस्या बढ़ सकती है।

मस्तिष्क : सिर दर्द, तनाव, अवसाद, याददाश्त से जुड़ी बीमारियां और स्ट्रोक का खतरा।

आंखें : एलर्जी, आंखों में लाली व इंफेक्शन (आंखों का पानी सूखना)।

नाक : एलर्जी, नाक से पानी आना, सांस की नली में सूजन और सिकुड़न।

गला : गले में खराश और दर्द।

फेफड़े : कॉर्बनडाईऑक्साइड, अस्थमा, सीओपीडी। क्रॉनिक ऑब्स्ट्रक्टिव पल्मोनरी डिजीज), टीबी और दीर्घकालिक असर फेफड़ों के कैंसर के रूप में हो सकता है।

हृदय : ब्लड प्रेशर, धमनियों में ब्लॉकेज, हृदय रोग और हार्ट अटैक का खतरा।

पेट : आंतों में अच्छे बैक्टीरिया की संख्या कम हो सकती है और सूजन हो सकती है।

लिवर : काम करने की क्षमता प्रभावित होने का खतरा।

किडनी : किडनी की कार्यक्षमता प्रभावित हो सकती है।

प्रदूषण से दिल्लीवालों की किडनी कमजोर हो रही

एक्सक्लूसिव

■ रणविजय सिंह

नई दिल्ली। दिल्ली में बढ़ रहा वायु प्रदूषण किडनी की सेहत पर भारी पड़ रहा है। वातावरण में पीएम 2.5 बढ़ने के कारण किडनी की खून साफ करने की क्षमता में गिरावट आ रही है। यह खुलासा सेंटर फॉर क्रोनिक डिजीज कंट्रोल, एम्स सहित आठ संस्थानों द्वारा किए गए अध्ययन में हुआ है।

यह शोध किडनी इंटरनेशनल रिपोर्ट्स जर्नल में प्रकाशित हुआ है। शोध के दौरान डॉक्टरों और विशेषज्ञों ने चेन्नई और दिल्ली के 12271 लोगों पर छह वर्षों तक अध्ययन किया। इसमें चेन्नई के 6906 और दिल्ली के 5365 लोग शामिल थे। दिल्ली में पीएम 2.5 का वार्षिक स्तर 118 से 130 माइक्रोग्राम प्रति घन मीटर था, जो सामान्य से करीब दोगुना है। वहीं चेन्नई में पीएम 2.5 का वार्षिक स्तर 40 माइक्रोग्राम प्रति घन मीटर से कम था। चेन्नई में समय के साथ पीएम 2.5 के वार्षिक स्तर में पांच माइक्रोग्राम प्रति घन मीटर की कमी आई। दिल्ली में शोध के दौरान पीएम 2.5 के वार्षिक स्तर में 29 माइक्रोग्राम प्रति घन मीटर की वृद्धि हुई। शोध की शुरुआत में चेन्नई के 11 और दिल्ली के 18 लोग किडनी रोग से पीड़ित थे। चार वर्ष बाद चेन्नई में इनकी संख्या 23 और दिल्ली में 64 हो गई।

राहत के आसार नहीं P04



12271

लोगों पर किया गया सेंटर फॉर क्रोनिक डिजीज कंट्रोल, एम्स की ओर से अध्ययन

■ प्रदूषण से एलर्जी, खांसी जुकाम, ब्रोंकाइटिस जैसी बीमारियां बढ़ जाती हैं

दिल्ली में ज्यादा असर

शोध के दौरान, चेन्नई में प्रदूषण कम था, इससे लोगों की किडनी द्वारा खून साफ करने की क्षमता दिल्लीवासियों के मुकाबले बेहतर पाई गई। शोध के अनुसार, प्रदूषण से मोटापे से पीड़ित लोगों और युवाओं की किडनी ज्यादा प्रभावित हो रही है। प्रदूषण बढ़ने पर पीएम 2.5 कण सांस के जरिये खून में प्रवेश कर किडनी को प्रभावित करते हैं।



नया हिन्दुस्तान

हड्डियों को कमजोर होने से बचाएं

बचपन में हड्डियां तेजी से बढ़ती हैं और तीस की उम्र तक अपनी अधिकतम मजबूती हासिल कर लेती हैं। हालांकि, इसका मतलब यह नहीं है कि इसके बाद हड्डियों को मजबूत नहीं रखा जा सकता। पर्याप्त पोषण, नियमित व्यायाम और समय पर जांच की मदद से हड्डियों के कमजोर पड़ने की रफ्तार घटाई जा सकती है। हड्डियों को कैसे मजबूत रखा जाए, बता रही हैं तृप्ति मिश्रा



50 की उम्र के बाद हर तीन में से एक महिला और हर चौथे में से एक पुरुष में ऑस्टियोपोरोसिस होने का खतरा बढ़ जाता है।

हड्डियों की कमजोरी को अक्सर बढ़ती उम्र की समस्या मान लिया जाता है, जबकि ऐसा नहीं है। हमारे शरीर में हड्डियों के कमजोर होने की प्रक्रिया धीरे-धीरे चलती है और अक्सर पता तब चलता है, जब बाथरूम टाइल में पैर फिसलता है या फ्रैक्चर हो जाता है।

इंटरनेशनल ऑस्टियोपोरोसिस फाउंडेशन के मुताबिक, वजन और किसी तरह की गतिशीलता में गिरावट तथा शारीरिक गतिविधियों की कमी हड्डियों के अधिकतम विकास को प्रभावित कर सकते हैं। इसके अलावा कुछ बीमारियां और उम्र के साथ शरीर में होने वाले हार्मोनल बदलावों का भी हड्डियों की सेहत पर असर पड़ सकता है।

महिलाओं में खतरा अधिक

महिलाओं में मेनोपॉज की उम्र में एस्ट्रोजन हार्मोन का स्तर घटने लगता है। इसका असर हड्डियों की मजबूती बनाए रखने पर पड़ता है। इस कारण उनमें फ्रैक्चर होने का खतरा बढ़ सकता है। 2026 में छपे एक भारतीय अध्ययन में केरल के त्रिरुवनंतपुरम स्थित डॉ. सोसाएल मेडीसिटी सीएसआई मेडिकल कॉलेज में जांच कराने वाली 50 से 80 साल की 539 महिलाओं में 37.5 % को ऑस्टियोपेनिया और 44.7 % को ऑस्टियोपोरोसिस यानी हड्डियों का घनत्व कम होने की समस्या मिली। विशेषज्ञों का मानना है कि परिवार में हिप फ्रैक्चर का इतिहास है या जो लंबे समय से स्टेरॉयड ले रहे हैं, तो उन्हें डॉक्टर से हड्डियों की जांच के बारे में बात करनी चाहिए।

पुरुषों में हड्डियों का घनत्व महिलाओं की तुलना में धीरे घटता है और ऑस्टियोपोरोसिस खासकर 65 साल के बाद देखने को मिलता है। इंडियन जर्नल ऑफ मेडिकल रिसर्च के पुरुषों पर हुए शोध के अनुसार कम टेस्टोस्टेरोन, पोषण की कमी, कम शारीरिक गतिविधि, धूम्रपान, अधिक शराब और लंबे समय तक स्टेरॉयड दवाओं का सेवन पुरुषों में हड्डियों की कमजोरी बढ़ाता है।

जांच कब और कैसे?

डीएक्सए (डीएक्सए) स्कैन और एक्स-रे: कमर और कूल्हे की हड्डियों का घनत्व मापने की सबसे जरूरी जांच डीएक्सए है। सामान्य एक्स-रे से शुरुआती कमजोरी का पता नहीं चलता। हालांकि, दिल्ली के मौलाना आजाद मेडिकल कॉलेज और लोक नायक अस्पताल से जुड़े शोध में कंधे की हड्डी के एक्स-रे के एक साथ में हड्डियों की कमजोरी का अनुमान लगाने की संभावना पाया गया है।

फ्रैक्चर का खतरा: एफआरएक्स जैसे ऑनलाइन से अगले 10 साल में फ्रैक्चर की आशंका का अनुमान लगाया जा सकता है।

खून की जांच: कैल्शियम, विटामिन डी, पैराथायरॉइड हार्मोन, किडनी की कार्यक्षमता और जरूरत के अनुसार थायरॉइड व पैराथायरॉइड हार्मोन की जांच से कमजोरी की वजह जानने में मदद मिलती है। सभी जांच हर व्यक्ति के लिए जरूरी नहीं।

केवल कैल्शियम ही काफी नहीं

■ हड्डियों की मजबूती के लिए कैल्शियम सबसे जरूरी खनिजों में से एक है। शरीर को जब भोजन से पूरा कैल्शियम नहीं मिलता, तो वह खून में इसकी पूर्ति के लिए हड्डियों से कैल्शियम लेता है। इस कारण हड्डियां कमजोर पड़ सकती हैं।

■ विटामिन-डी शरीर को कैल्शियम अवशोषण में मदद करता है। पहली बात है कि शरीर में अकसर एक साथ इन दोनों की कमी देखने को मिलती है। विटामिन डी के लिए ऐसा थोड़ी धूप लें। हालांकि, शरीर में इसकी मात्रा पर मौसम, त्वचा, कपड़ों और धूप में बिताए समय का असर पड़ता है। डॉक्टर मल्टीविटामिन की सलाह भी दे सकते हैं।

■ प्रोटीन हड्डियों के साथ मांसपेशियों की सेहत के लिए भी जरूरी है। दूध, दही और पनीर कैल्शियम के अच्छे स्रोत हैं। इसके अलावा रागी, तिल, हरी पत्तेदार सब्जियां और दालें, चना, राजमा, सोयाबीन, अंडे व अन्य प्रोटीनयुक्त खाद्य पदार्थों का नियमित सेवन करना चाहिए।

दवा व इंजेक्शन की भूमिका: हड्डियों की मजबूती के लिए कैल्शियम और विटामिन डी की गोलियां काफी नहीं है। डॉक्टर जरूरत के अनुसार ऐसी दवाएं भी देते हैं, जो हड्डियों का घनत्व कम पड़ने से या नई हड्डी बनने की प्रक्रिया को बढ़ावा देती हैं। इनसे फ्रैक्चर का खतरा घटाने में मदद मिल सकती है। कुछ दवाएं इंजेक्शन के रूप में दी जाती हैं। ध्यान रखें, हर मरीज को इंजेक्शन की जरूरत नहीं होती। कुछ महिलाओं को हार्मोन संबंधी उपचार की जरूरत होती है।

रोज व्यायाम करना जरूरी

विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार, पांच से 17 साल के बच्चों और किशोरों को प्रतिदिन कम से कम 60 मिनट मध्यम से तेज शारीरिक गतिविधि करनी चाहिए। इसमें सप्ताह में कम से कम तीन दिन हड्डियों और मांसपेशियों को मजबूत करने वाली गतिविधियां शामिल होनी चाहिए। वयस्कों के लिए सप्ताह में कम से कम 150 मिनट मध्यम तीव्रता वाले शारीरिक गतिविधि और दो या अधिक दिन मांसपेशियों को मजबूत करने वाले व्यायाम करने चाहिए। उम्र व क्षमता के अनुसार वजन सहने वाले व्यायाम करने से शरीर का संतुलन बेहतर बनाने में मदद मिलती है। जिन्हें ऑस्टियोपोरोसिस है, वे डॉक्टर से सलाह लें।

हमारे विशेषज्ञ:
डॉ. सुमित आहूजा, ऑर्थोपेडिक सिर्जन, मौलाना आजाद मेडिकल कॉलेज, दिल्ली।
डॉ. अंकुर अग्रवाल, पेडियाट्रिक ऑर्थोपेडिक सिर्जन, फोर्टिस हॉस्पिटल, नोएडा।



किन्हें जांच करानी चाहिए ?

- 65 साल या अधिक उम्र की महिलाओं और 70 साल या अधिक उम्र के पुरुषों को
- मेनोपॉज के बाद जोखिम वाली महिलाओं को
- बहुत कम वजन व बार-बार फ्रैक्चर होने पर
- लंबे समय तक स्टेरॉयड लेने या हड्डियों को प्रभावित करने वाली कोई बीमारी होने

अपनी जरूरत समझें

- बचपन से 20 साल: कैल्शियम व प्रोटीन से भरपूर भोजन। खेलकूद जरूरी।
- 20 से 30 साल: तेज व्यायाम। धूम्रपान, शराब कम या छोड़ें।
- 30 से 50 साल: मांसपेशियों को मजबूत बनाने वाले व्यायाम करें। धूम्रपान से बचें। लंबे समय से स्टेरॉयड ले रहे हैं, तो डॉक्टर से बात करें।
- मेनोपॉज के बाद फ्रैक्चर के जोखिम का आकलन कराएं। खेल लगने से बचें।

क्या है ऑस्टियोपोरोसिस?

इसमें हड्डियां अंदर से कमजोर और भुरभुरी लगती हैं। उनमें मजबूती देने वाले मिनरल की कमी के कारण बहुत छोटे से दुर्घटना में ये टूट सकती हैं। डीएक्सए जांच के टी-स्कोर से हड्डियों की स्थिति पता चलती है।

सामान्य: टी-स्कोर -1 या अधिक।
ऑस्टियोपेनिया: -1 से कम, लेकिन -2.5 से अधिक। हड्डियां कमजोर होने लगी हैं। उनका घनत्व कम होने लगता है।
ऑस्टियोपोरोसिस: -2.5 या कम। फ्रैक्चर का खतरा बढ़ता है।

फ्रैक्चर से बचने के लिए क्या करें?

■ घर के रास्तों से बिखरने वाली चीजें हटाएं और बाथरूम में फिसलन से बचाव करें ■ रात को कम रोशनी में उठने पर चक्कर आने की समस्या हो, तो उसका इलाज कराएं ■ पैरों और मांसपेशियों को मजबूत रखने वाले व्यायाम करें ■ ऑस्टियोपोरोसिस की दवाएं डॉक्टर की सलाह के अनुसार लें।

सवाल-जवाब

हर्पीज के इलाज में देरी न करें



डॉ. पुलिन गुप्ता
प्रोफेसर (मेडिसिन), राम मनोहर लोहिया हॉस्पिटल, नई दिल्ली

■ **सवाल : मुझे आधे सिर में खुजली और दर्द होता है, इसका असर आंख, नाक और कान तक फैल चुका है। डॉक्टर ने हर्पीज की समस्या बताई है। मुझे क्या करना चाहिए?**

जवाब: यदि किसी व्यक्ति को चेहरे या आंख के आसपास हर्पीज जोस्टर संक्रमण होता है, तो यह आंख की नसों को प्रभावित कर सकता है। पहले 3 से 7 दिनों में त्वचा पर दाने या फफोले निकलते हैं, जिनमें तेज दर्द होता है। इलाज में देरी से आंखों की रोशनी पर असर पड़ सकता है, इसलिए तुरंत डॉक्टर से मिलें। समय पर एंटीवायरल दवाएं लेने से यह पूरी तरह ठीक हो जाता है। ये दवाएं सरकारी अस्पतालों में मुफ्त भी मिलती हैं। यदि इलाज के बाद भी दर्द बना रहे या पुराना संक्रमण हो, तो न्यूरोलॉजिस्ट से मिलें। दर्द से राहत के लिए दवाएं दी जाती हैं और जरूरत पड़ने पर प्रभावित नस में इंजेक्शन लगाते हैं।

■ **सवाल : मैं चार साल से नींद की गोलियां खा रहा हूं। डॉक्टर ने बताया कि मुझे सिजोफ्रेनिया है। मुझे ये दवाएं कब तक लेनी होंगी?**

जवाब: सिजोफ्रेनिया की स्थिति में दवाएं लंबे समय तक लेनी पड़ती हैं। बीमारी किस उम्र में शुरू हुई थी, यह इस पर भी निर्भर करता है।

सिजोफ्रेनिया की दवाएं कभी भी खुद से बंद न करें। ऐसा करने से व्यवहार में गंभीर और खतरनाक बदलाव आ सकते हैं। इन्हें केवल नींद की गोली समझने की भूल न करें। ये दवाएं मन और मस्तिष्क को शांत व नियंत्रित रखने के लिए होती हैं। दवाएं नियम से लें। इसके साथ ही सामान्य पौष्टिक आहार लें, टहलें व घूमें-फिरें। सुरक्षा की दृष्टि से ड्राइविंग और तैराकी करने से बचना चाहिए।

■ **सवाल : मेरी उम्र 45 है। मुझे प्रोस्टेट की समस्या है (45 एमएम)। इसे कम करने के लिए क्या करूं? इसकी सर्जरी के बारे में बताएं?**

जवाब: पुरुषों में उम्र बढ़ने के साथ प्रोस्टेट का आकार बढ़ना एक सामान्य और हार्मोन आधारित प्रक्रिया है। इसे केवल खान-पान में बदलाव से ठीक नहीं किया जा सकता। पर्याप्त पानी पीने व पेल्विक फ्लोर की कसरत से लक्षण काबू रखने में मदद जरूर मिलती है। 45 एमएम के प्रोस्टेट के लिए नियमित दवाएं कारगर साबित होती हैं। राहत न मिलने पर दूरबीन विधि से एक छोटी सी सर्जरी की जाती है। इसमें पेशाब के रास्ते से पतली तार डालकर प्रोस्टेट के आकार को छोटा करते हैं। यह काफी सुरक्षित है।

तंबाकू से तौबा कीजिए



कई सालों तक धूम्रपान करने वाले लोग अक्सर यह सोचकर बीड़ी-सिगरेट आदि नहीं छोड़ते कि फेफड़ों को जितना नुकसान होना था, वह हो चुका है। अब सिगरेट छोड़ने से क्या फायदा?

विशेषज्ञों के मुताबिक, धूम्रपान छोड़ने का फायदा किसी भी उम्र में और लंबे समय तक सिगरेट पीने के बाद भी मिलता है। वरिष्ठ वक्ष कैंसर सर्जन डॉ. जितेश राजपुरोहित के अनुसार, 'धूम्रपान छोड़ देने से, जो नुकसान पहले हो चुका है, वह पूरी तरह खत्म नहीं होता, लेकिन इससे आगे होने वाली क्षति रुक सकती है और समय के साथ फेफड़ों के कैंसर का खतरा कम होने लगता है।'

डॉ. जितेश के अनुसार, 'सिगरेट के धुएं में हजारों जहरीले रसायन होते हैं, जिनमें से कई कोशिकाओं के डीएनए को नुकसान पहुंचाते हैं। हमारा शरीर लगातार इस नुकसान की भरपाई करने में जुटा रहा रहता है। धूम्रपान छोड़ने से शरीर को हो रहा नुकसान बढ़ने से रुकता है और फेफड़ों को कुछ हद तक ठीक होने का अवसर मिलता है।'

धूम्रपान छोड़ने के फायदे

सिगरेट छोड़ने के कुछ हफ्तों में फेफड़ों की कार्यक्षमता और रक्त संचार में सुधार होने लगता है। समय के साथ सूजन और सांस संबंधी परेशानियां भी कम हो सकती हैं।

डॉ. राजपुरोहित बताते हैं, 'धूम्रपान छोड़ने के करीब 10 साल बाद फेफड़ों के कैंसर से मृत्यु का जोखिम, लगातार धूम्रपान करते रहने वाले व्यक्ति की तुलना में लगभग आधा रह सकता है। हालांकि, यह जोखिम उस व्यक्ति से अधिक बना रह सकता है, जिसने कभी धूम्रपान नहीं किया है। लंबे समय से धूम्रपान करते रहे लोगों को नियमित डॉक्टर से जांच करानी चाहिए। जरूरत के अनुसार डॉक्टर उन्हें लो-डोज सीटी स्कैन कराने की सलाह दे सकते हैं। बीमारी का शुरुआती अवस्था में पता चलने पर इलाज अधिक प्रभावी हो सकता है।

सुबह उठते ही अगर सिरदर्द सताए

देखभाल

पर्याप्त नींद लेने के बाद भी अगर सुबह सिरदर्द के साथ आंखें खुलती हैं, तो सावधान हो जाएं। पानी की कमी और माइग्रेन समेत कई छोटे-बड़े कारणों से ऐसा हो सकता है।

सुबह उठते ही सिर भारी लगना या दर्द होना, दिन की शुरुआत मुश्किल बना सकता है। मन में सवाल उठता है कि रात में पर्याप्त नींद लेने के बाद भी सिरदर्द क्यों हो रहा है? न्यूरोलॉजिस्ट डॉ. कपिल खंडेलवाल के अनुसार, सुबह उठते ही सिरदर्द होने के कई कारण हो सकते हैं। पर्याप्त सोने के बावजूद नींद की खराब गुणवत्ता या सेहत से जुड़ी कुछ समस्याएं इसकी वजह बन सकती हैं, इसलिए सिरदर्द का सही कारण जानना जरूरी है।



नींद और दिनचर्या का असर

नींद पूरी न होना, सोने-जागने का समय बार-बार बदलना या रात में बार-बार नींद खुलना सुबह सिरदर्द की वजह बन सकता है। नींद में बार-बार सांस रुकने की समस्या (स्लीप एप्निया) भी इसका एक कारण है। तेज खर्राटे लेना, सुबह तरोताजा महसूस न करना और दिन में अधिक नींद आना इसके प्रमुख संकेत हैं।

पानी की कमी और खानपान

दिनभर पर्याप्त पानी न पीने, अधिक पसीना आने या शराब पीने से शरीर में पानी की कमी होने से भी सुबह सिरदर्द हो सकता है। समय पर भोजन न करना व चाय-कॉफी की आदतों में में अचानक बदलाव से भी ऐसा हो सकता है।

माइग्रेन और जबड़े में दर्द

माइग्रेन से पीड़ित लोगों को नींद में गड़बड़ी,

For Delhi's Air, Nip Pollutants in the Bud

With Diwali around the corner, Delhi government's ₹104 cr plan to involve private sector and startups to deploy pollution-reducing technologies across 40 hotspots is good news. But the city has been here before: experimenting with smog towers, outdoor air purifiers, mist-based scrubbers and anti-smog guns — unfortunately, with little to show as results. Air pollution is not a hotspot problem. It requires an airshed approach. Cities and urban areas require structural and systemic interventions in keeping with geographic and meteorological characteristics.

Located in the low-lying Indo-Gangetic Plain with the Himalayan range to the north and Aravallis to the southwest, Delhi sits in a bowl-like trap, with limited natural air circulation.



Reducing pollution here requires reducing production of pollutants at source. Vehicular emissions, road and construction dust, and open waste burning are major sources of pollution, along with particulate pollution interacting in the air with organic and chemical compounds. A robust, reliable, efficient and integrated mass public transport system that is progressively electrified can reduce vehicular emissions and secondary particles. Using technology to improve road safety, constructing more and better sidewalks, can promote walking and cycling, at least during amenable weather. Reducing open waste burning, including through an improved waste collection and management system, will help clean the city's air, as will tackling stubble burning by engaging with other state governments.

Technology and participation of all stakeholders, including private sector, are essential to cleaning Delhi's air. But without a plan to reduce the pollution at source, such interventions could be a whole lot of greenwashing.

For migrant children, access to school is not enough



KULDEEPSINGH RAJPUT

AS THE Kharif harvest comes to an end, seasonal migration begins across many parts of India. But this year, drought is adding a new dimension, with seasonal migrants increasingly becoming "climate migrants". Intense drought, drying fields and shrinking livelihood opportunities are likely to push more families towards sugarcane fields, brick kilns, construction sites and other worksites in search of livelihoods. The most overlooked victims of such migration are often children. Forced to migrate with their parents, they face interrupted schooling, learning loss, and the risk of prolonged educational exclusion. According to the last Census, India had 9.29 crore migrant children. At present, there is no reliable estimate of how many are out of school. The recent NITI Aayog report, 'School Education System in India: Temporal Analysis and Policy Roadmap for Quality Enhancement', highlights the educational exclusion of migrant children. Schooling disruptions, often lasting five to six months, widen learning gaps, weaken social ties, and undermine school belonging. These increase the risk of irregular attendance and dropout. Many children begin assisting their parents at work and slip into child labour.

The Sarva Shiksha Abhiyan, launched in 2001, marked a systematic effort to address barriers to school access among migrant children. Alongside expanding educational infrastructure in remote and underserved areas, it promoted context-specific alternative education models to ensure continuity, including seasonal hostels, residential schools, *basti shalas*, *sakhar shalas* (sugarcane schools), tent schools (construction-site schools), and transit education centres. Both the Right to Education Act (2009) and the National Education Policy (2020) have recognised the educational exclusion of migrant children and underscored the importance of inclusive education. Recently, NITI Aayog has recommended measures such as migration-responsive schooling, bridge learning centres, portable school records, inter-state transfer mechanisms, and tracking systems. Despite this, in practice, the primary focus has remained on access and enrolment.

Access and enrolment are only the first steps. The challenge lies in ensuring meaningful learning, remedial teaching, academic and mental-health support, emotional well-being, care, and equitable educational strategies. While providing education at worksites is a significant intervention, there is an equally urgent need to implement equitable and context-responsive alternative education models that address the distinct learning needs of migrant children. This is precisely what the NEP 2020 advocates.

The question is whether teachers have the pedagogical competencies and sociological perspectives to critically interrogate the sociocultural and structural inequalities reproduced in classrooms. Most teacher-education programmes are structured around the assumptions of sedentary formal schooling; migration-responsive education must be urgently integrated.

The true measure of an inclusive education system lies not merely in whether migrant children enter classrooms, but in whether they can learn, participate, and progress without their mobility determining their educational futures.

The challenge lies in ensuring meaningful learning, remedial teaching, academic and mental-health support, emotional well-being, care, and equitable educational strategies

The writer leads Rubal Foundation, a non-profit working with migrants and informal workers